

3 konkrete Tipps zu ...

Geschwisterstreit – die häufigsten Gründe dafür

- Erlangung der Aufmerksamkeit
 - Starke Rivalität unter den Geschwistern (besonders bei Jungs, die einen geringen Altersabstand haben)
 - Fehlen anderer Konfliktlösestrategien (vor allem bei Geschwistern im Alter unter 3 Jahren)
1. **Geben Sie Regeln** vor z. B. Spielsachen müssen mit den Geschwistern geteilt werden, das Kuscheltier oder die Lieblingspuppe sind absoluter Privatbesitz. Regeln gemeinsam mit den Kindern entwickeln, um zu einer allgemeinen Regelung zu kommen, sodass klar ist wann etwas z. B. nur gemeinsam oder jedes Mal abwechselnd gespielt/gemacht wird.
 2. **Verbringen Sie gezielt Zeit mit jedem Kind allein.** Schenken Sie dem jeweiligen Kind ihre ungeteilte Aufmerksamkeit. Dadurch erlebt es sich selbst als wertvoll, damit verringern Sie die Notwendigkeit, um die Gunst der Eltern zu streiten.
 3. **Ermutigten Sie Ihr größeres Kind, dem Bruder/Schwester zu helfen.** So wird die Selbstwirksamkeit/-kompetenz des Kindes gestärkt und gibt dem größeren Kind das Gefühl der Wichtigkeit, sowie des Gebrauchtseins.

Widerworte – lassen sich mit Sicherheit nicht ganz vermeiden, jedoch minimieren, durch...

1. **Überprüfen Sie Ihr eigenes Verhalten.** Vermeiden Sie, so gut es geht – Eltern sind ja auch nur Menschen- häufiges Nörgeln (Meine Güte, wie oft soll ich dir noch sagen...), Vorhaltungen (Du hast ja schon wieder...), Drängeln (Jetzt nach schon, tu weiter...), Verurteilungen (Du bist einfach unmöglich! Immer musst du...) und ausspielen der Machtkarte (Mama/Papa warum? Weil ich es sage!).
2. **Ignorieren Sie Widerworte und Schimpfwörter.** Das gilt vor allem für kleiner Kinder, die austesten möchten, wie die Eltern auf die „schönen neuen Wörter“ aus dem Kindergarten reagieren, oder die oft schon prinzipiell sagen: „Will nicht ins Bett!“. Beachte Sie das Gesagte nicht. Gerade Schimpfwörter werden zumeist erst dann interessant, wenn sich die Eltern darüber aufregen.
3. **Technik der „kaputten Schallplatte“.** Weigert sich Ihr Kind, einer Aufforderung zu folgen, bleiben Sie hartnäckig. Z. B. Kind: „Ich zieh mich nicht an!“ Eltern: „Alex, hier ist dein Unterhemd, zieh es jetzt an!“ Kind: „Ich will jetzt aber erst spielen!“ Eltern: „Hier Alex, schlüpf in dein Unterhemd!“ usw. In der Regel bemerkt das Kind schnell Ihre Entschlossenheit und wird nach wenigen Versuchen kooperieren.

Aggressives Verhalten – mögliche Gründe dafür:

- Frustration (das Kind fühlt sich z. B. selbst unter Druck)
- Unangemessenes Problemlöseverhalten (das Kind weiß keinen anderen Weg, Konflikte zu lösen – nicht selten bei Kleinkindern.)

→ Mittel zum Zweck (um andere einzuschüchtern und zu erhalten, was es verlangt.)

1. **Helfen Sie Ihrem Kind, sein Ziel ohne Aggression zu erreichen.** Ein Kleinkind muss erst lernen, seine Wünsche in Worte zu fassen. Unterstützen Sie es dabei z. B. „Wenn du eines von Ingrid's Sandförmchen haben möchtest, dann geh bitte hin und bitte sie darum. Vielleicht möchte sie dann eines deiner Förmchen haben.“
2. **Verstärken Sie positives Verhalten.** Indem Sie Ihr Kind loben, wenn es friedlich mit anderen Kindern spielt. Dadurch bekommt Ihr Kind zum richtigen Zeitpunkt Ihre Aufmerksamkeit, nämlich zum Zeitpunkt des gewünschten Verhaltens.
3. **Sagen Sie Ihrem Kind konkret, wie es sich in der jeweiligen Situation verhalten soll.** Z. B. „Hör bitte sofort auf, das Mädchen mit der Schaufel zu schlagen! Frag es, ob es vielleicht tauschen möchte – du gibst ihr deinen Rechen und sie gibt dir dafür z. B. den Eimer!“ Loben Sie Ihr Kind sofort, wenn es den Vorschlag annimmt und umsetzt.

Wutausbrüche – Strategien gegen öffentliche Auftritte:

1. **Schämen Sie sich nicht dafür.** Natürlich sind solche Anfälle in der Öffentlichkeit unangenehm. Nur solche Verhaltensformen kommen in den besten Familien vor. Egal, wer aller zusieht, es gibt keinen Grund unter Druck zu geraten und dem Kind seinen Willen zu lassen. Bleiben Sie konsequent.
2. **Stellen Sie klare Regeln auf.** Ihr Kind muss wissen, was Sie von ihm erwarten, z. B., dass es beim Einkaufen bei Ihnen bleiben soll und nur jene Artikel mitgenommen werden, die Sie Ihrem Kind in Auftrag geben.
3. **Sprechen Sie niemals leere Drohungen aus.** Wenn Sie Ihrem Kind eine Konsequenz ausmachen, dann setzen Sie diese bei Nichteinhaltung des Ausgemachten bitte auch diszipliniert um. Sonst werden Sie in den Augen Ihres Kindes unglaubwürdig.

Trotz – mögliche Strategien:

1. **Vermeiden Sie Zeitdruck durch gute Planung.** Planen Sie bereits bekannte Verhaltensweisen (Verzögerungen beim Anziehen oder Frühstück) mit ein, indem Sie frühzeitig mit z. B. dem Anziehen beginnen. Legen Sie z. B. das Gewand bereit oder wählen Sie es am Abend davor mit ihrem Kind gemeinsam aus.
2. **Wenden Sie die 5-3-1 Methode an.** Diese Methode kann beim Trödeln und Trotz helfen. Kinder haben manchmal Probleme Übergänge von einer Beschäftigung zur nächsten zu schaffen z. B. vom Frühstück zum Weg in den Kindergarten. Sagen Sie 5 Minuten vor Beschäftigungswechsel dem Kind Bescheid z. B. Alex, in 5 Minuten ziehen wir uns die Straßenschuhe und die Jacke an. Das gleiche bei 3 Minuten davor und nochmals 1 Minute davor.
3. **Versuchen Sie Ihr Kind abzulenken.** Lassen Sie sich etwas überraschendes einfallen z. B. einen neuen lustigen Kinderreim oder etwas Besonderes, wie z. B. ein Telefonat mit der Oma vorschlagen.